నడుద్దాం.. రోగాలను జయిద్దాం

- మారుతున్న జీవనశైలితో నడకకు పెరుగుతున్న ప్రాధాన్యం
- ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో వాకర్ల సందడి
- ప్రజల్లో ఆరోగ్యంపై పెరిగిన శ్రద్ధ



జాగింగ్ చేస్తున్న వాకర్స్

తణుకు అర్బన్: మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా అనేక మంది ఊబకాయం, షుగర్, బీపీ తదితర దీర్ఘకాలిక సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. వీటన్నింటినీ ఎదుర్కొనేందుకు నడక చక్కటి ఆరోగ్య సూత్రమని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కేవలం మందులతోనే సరిపెట్టుకోకుండా క్రమం తప్పకుండా వాకింగ్ అలవాటు చేసుకుంటే మెరుగైన ఆరోగ్యం సొంతమవుతుందని సూచిస్తున్నారు. నేటి ఆధునిక కాలంలో సైన్స్ దినదినాభివృద్ధి చెంది నడిచే రోజులు పోయి గాలిలో దూసుకుపోతూ ఎగిరే కాలం వచ్చింది. దీంతో మానవాళిలో అనేకరకాల ఆరోగ్య సమస్యలు, మానసిక ఆందోళన, ఒత్తిడి వంటి పరిస్థితులు కుంగదీస్తుండగా, మరోపక్క నేటి ఆహార అలవాట్లు, జీన్స్ వంటి పరిస్థితుల్లో ఊబకాయం సమస్య కూడా తీవ్రతరమైంది. ఏ వైద్యుడికి చూపించినా నడవండి ఆరోగ్యం బాగుంటుందని చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా రెండేళ్లపాటు మరణమృదంగం వాయించిన కోవిడ్ మహమ్మారి సైతం ఆరోగ్యం పట్ల హెచ్చరికలు జారీచేసి వెళ్లింది. దీంతో చిన్నారుల నుంచి వృద్ధుల వరకు వారి పరిమితిని బట్టి నడిచేస్తున్నారు. వయస్సుకు సరిపడా అడుగులు వేస్తూ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకుంటున్నారు.

ఉదయం, సాయంత్రం నడక..

నడకపై ఏర్పడిన అవగాహనతో దినకరుడు రాకముందే పట్టణాల్లో క్రీడా ప్రాంగణాలు, ఖాళీ మైదానాల్లోను, గ్రామాల్లో అయితే ఊరి పొలిమేర వరకు చకచకా నడిచేస్తున్నారు ప్రజలు. ముఖ్యంగా ఉదయం నడక కారణంగా సూర్యరశ్మి శరీరాన్ని తాకి ఎముకల్లో కాల్షియం లోపాలను అధిగమించవచ్చని వైద్యులు చెబుతుండడంతో అధికశాతం ఉదయాన్నే నడుస్తుండగా, ఉదయం కుదరని వారు మాత్రం సాయంత్రం నుంచి రాత్రి వరకు నడక పని పెట్టుకున్నారు. తణుకులో శ్రీచిట్టూరి ఇంద్రయ్య మెమోరియల్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల వాకర్స్‌కు వేదికగా మారింది. వాకింగ్ అనంతరం వ్యాయామాలు, యోగా చేస్తున్నారు. సీనియర్ సిటిజన్స్ నడక అనంతరం పిచ్చాపాటి కబుర్లు చెప్పుకుంటున్నారు. జెడ్పీ బాయ్స్ హైస్కూలు క్రీడా ప్రాంగణం, జాతీయ రహదారి, రాష్ట్రపతి రోడ్డు, సుగర్స్ పార్కు ప్రాంతాల్లో వాకర్స్ విధిగా నడిచేస్తున్నారు. ఏ రోగమని ఆస్పత్రికి వెళ్లి వైద్యుడిని సంప్రదించినా మందులతోపాటు ప్రతి రోజూ 30 నుంచి 45 నిముషాలపాటు నడక తప్పనిసరి అని చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా బీపీ, షుగర్ వంటి వ్యాధిగ్రస్తులకు ఈ నడక ఎంతో మేలు చేస్తుందని చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా శరీర అవయవాలకు రక్తప్రసరణ బాగా జరిగి గుండె పనితీరు బాగుంటుందనేది వైద్యుల సూచన.

నడకతో ప్రయోజనాలివే...

- క్రమం తప్పకుండా నడవడం వల్ల ఎండారిఎన్స్ అనే హార్మోన్లు విడుదలై మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.
- ఒత్తిడి, ఆందోళన, డిప్రెషన్, కంగారు అంశాలను అధిగమించవచ్చు.
- గుండె, ఊపిరితిత్తులకు రక్తప్రసరణ సక్రమంగా జరిగి సమర్ధవంతంగా పనిచేస్తాయి.
- గుండె సంబంధిత జబ్బులు, పక్షవాత వంటివి దరిచేరవు.
- అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం, కొలొస్ట్రాల్ వంటి రోగాలను నియంత్రిస్తుంది.
- కీళ్లు, కండరాలు సాగుతూ శక్తి పెరిగి నడిచేందు కు పూర్తిస్థాయిలో సమతుల్యత తీసుకువస్తుంది.
- శరీరంలోని అధిక కొవ్వు శాతాన్ని తగ్గిస్తుంది.
- శరీరానికి మంచి శ్వాస, అధికస్థాయిలో ఆక్సిజన్ తీసుకునేలా చేస్తుంది.
- మోకాలు, చీలమండలు మృదువుగా మారి అనుకూలంగా ఉంటాయి.
- ఎముకలు ధృడంగా తయారవుతాయి.
- మానసికంగా ఉత్సాహాన్ని, ఉల్లాసాన్ని ఇస్తుంది.
- రక్తంలోని కొవ్వు కరుగుతుంది.
- జీవితకాలం పెరుగుతుంది.
- మెదడును ఉత్తేజితం చేస్తుంది.
- అధిక బరువును తగ్గిస్తుంది.
- విటమిన్ డి లోపం ఉండదు.
- క్యాన్సర్ రిస్కు తగ్గిస్తుంది.
- వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.

నడక జీవిత కాలాన్ని పెంచుతుంది



30 సంవత్సరాలు దాటిన వారంతా నడకను దినచర్యగా తీసుకోవాల్సిన అవసరంఉంది. నడక కారణంగా ముఖ్యంగా గుండె, ఊపిరితిత్తులకు రక్తప్రసరణ సక్రమంగా జరుగుతుంది. దీంతో గుండె సంబంధిత జబ్బులు రావు.

– రావుల రాంబాబు, వాకర్, తణుకు

నడక జీవనశైలిలో భాగంగా మారింది



నేటి పరిస్థితుల్లో ప్రతి ఒక్కరూ తమ జీవనశైలిలో వాకింగ్, జాగింగ్ ఒక భాగంగా చేసుకోవాలి. నిత్యం నడక నడిచే అలవాటున్న వారికి అనారోగ్యాలు దరిచేరవు. మంచి ఆరోగ్యానికి నడకను ఒక పరిష్కారంగా చెప్పుకోవచ్చు. గత 8 ఏళ్లుగా వాకింగ్, జాగింగ్ చేస్తూ ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉన్నాను.

– అత్యం వెంకటరత్నం, వాకర్, తణుకు

వాకింగ్‌తో ఉల్లాసం..



వాకింగ్ చేస్తుంటే ఎంతో ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. మానసిక ఒత్తిడి అధికమవుతున్న నేటి రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరూ వాకింగ్ చేయాలి. బీపీ, షుగర్ వంటి వ్యాధులు రావు. అవి ఉన్నవారిలో వ్యాధులు నియంత్రణలోనే ఉంటాయి. వాకింగ్ చేయని రోజు ఎంతో బద్దకంగా ఏ పనిచేయ బుద్ధి కాని పరిస్థితి వస్తుంది.

– సంగిరెడ్డి శ్రీనివాస్, వాకర్, తణుకు

క్లుప్తంగా

పాలిటెక్నిక్‌తో ప్రయోజనాలెన్నో



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న పాలకవర్గ అధ్యక్షుడు గ్రంధి సత్యనారాయణ

తాడేపల్లిగూడెం: పాలిటెక్నిక్ చదువుతో ప్రయోజనాలెన్నో ఉన్నాయని వాసవీ పాలకవర్గ అధ్యక్షుడు గ్రంధి సత్యనారాయణ అన్నారు. శుక్రవారం పెదతాడేపల్లిలోని వాసవీ ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో పాలిటెక్నిక్ మొదటి ఏడాది తరగతుల ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. పదో తరగతి తర్వాత విద్యార్థులు ఇంటర్మీడియట్ చదవాలా, పాలిటెక్నిక్ చదవాలా అనే సందిగ్ధంలో ఉంటారని, ఇంజనీరింగ్ పట్ల ఆసక్తి ఉన్నవారు పాలిటెక్నిక్‌ను ఎంచుకుంటే మంచి ఫలితాలతో పాటు చక్కని భవిష్యత్‌ను సాధించడానికి అవకాశం ఉందన్నారు. పాలిటెక్నిక్ కోర్సుల్లో చేరడం వల్ల ఇంజనీరింగ్ సబ్జెక్టుల్లో పట్టును సాధించి పారిశ్రామిక రంగ అవసరాలకు ఉపయోగపడే విధంగా కోర్సు పూర్తి చేసి ఉద్యోగం సాధించే అవకాశం ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాలకవర్గ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

నేడు గీతామందిరంలో రంగస్థల కళాకారుల సమావేశం

తాడేపల్లిగూడెం (టీఓసీ): స్థానిక మండల రంగస్థల కళాకారుల సంక్షేమ సంఘం 145వ నెలవారి సభా కార్యక్రమం ఈ నెల 30వ తేదీ ఆదివారం సాయంత్రం గీతా మందిరంలో నిర్వహిస్తున్నట్లు అధ్యక్షుడు సూరంపూడి వెంకట రమణ, ప్రధాన కార్యదర్శి చింతకాయల వంశీ కృష్ణ, కోశాధికారి తగరంపూడి మురళీకృష్ణలు తెలిపారు. పెదవెల్లమిల్లికి చెందిన వాస్తు పండితులు దండమూడి సత్యనారాయణకు గౌరవ సత్కారం, భీమవరంనకు చెందిన సాయి ఘంటసాల ఆర్కెస్ట్రా నిర్వాహకులు తమిరి సాంబమూర్తికి కళా సత్కారం, కొమ్ముగూడెం వ్యాయమ ఉపాధ్యాయులు కొత్త సుభద్రకు ఉద్యోగ సేవా పురస్కారం, కిడ్నీ వ్యాధితో బాధపడుతున్న సీనియర్ భజన కళాకారుడు ఇసరపు అబ్బులకు ఆర్థిక సత్కారం అందజేస్తామని తెలిపారు.

శశి డైరెక్టర్ భానుప్రసాద్ కన్నుమూత



శశి కళాశాల డైరెక్టర్ కె.భానుప్రసాద్

తాడేపల్లిగూడెం: శశి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల డైరెక్టర్ డాక్టర్ కె.భానుప్రసాద్ అనారోగ్యంతో శుక్రవారం కన్నుమూశారు. ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో సుదీర్ఘ కాలంపాటు ప్రిన్సిపాల్‌గా తర్వాత డైరెక్టర్‌గా, కంట్రోలర్ ఆఫ్ ఎగ్జామినేషన్స్‌గా బాధ్యతలు నిర్వర్తించారు. ఆయన మృతిపట్ల సంస్థ చైర్మన్ బూరుగుపల్లి వేణుగోపాలకృష్ణ , వైస్ చైర్మన్ మేకా నరేంద్రకృష్ణ , ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ మేకా క్రాంతిసుధ, ప్రిన్సిపాల్ మొహమ్మద్ ఇస్మాయిల్ వివిధ విభాగాల అధిపతులు, సిబ్బంది నివాళులర్పించారు.

జర్నలిస్టులకు ప్రోత్సాహం అందిస్తాం



జర్నలిస్టుల పిల్లలకు నోట్సుపుస్తకాలు పంపిణీ చేస్తున్న స్వాభిమాన్ ట్రస్టు ప్రతినిధులు

పెంటపాడు: త్రిపుల్ కర్మాగారం చేస్తున్న సేవా కార్యక్రమాలతో పాటు, జర్నలిస్టులకు తప్పక ప్రోత్సాహం అందజేస్తామని త్రిపుల్ ఎఫ్ డైరెక్టర్ ఓపీ గోయంకా పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత విద్యా సంవత్సరంలో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు చదువుకొనేందుకు వీలుగా నోట్సు పుస్తకాలను స్వాభిమాన్ ట్రస్టు, త్రిపుల్‌ఎఫ్ కర్మాగారం ఆధ్వర్యంలో పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన కార్యక్రమానికి గూడెం ఏరియా ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు తమ్మిశెట్టి రంగ సురేష్ అధ్యక్షత వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గూడెం ప్రెస్ క్లబ్ కార్యవర్గ సభ్యులతో పాటు, త్రిపుల్ ఎఫ్ హెచ్ఆర్ మేనేజర్, స్వాభిమాన్ ట్రస్టు ప్రతినిధులు జనార్ధన్, వేమల శ్రీనివాస్ పాల్గొన్నారు.

బడి ఈడు పిల్లలందరినీ పాఠశాలలో చేర్పించాలి

తాడేపల్లిగూడెం (టీఓసీ): బడి ఈడు పిల్లలందరినీ బడిలో చేర్పించాలని హెచ్ఎం బీ.జ్యోతి తెలిపారు. స్థానిక సుబ్బారావుపేట ఐదోవ వార్డు ప్రాథమిక పాఠశాల, భవిత సెంటర్ ఆధ్వర్యంలో ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ఉచితంగా కల్పిస్తున్న సదుపాయాలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహించారు. భవిత సెంటర్ ప్రత్యేక ఉపాధ్యాయులు బాలీశ్వరయ్య, ఎం.చంద్రకుమారి, ఉపాధ్యాయిని కె.కుమారి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం

తాడేపల్లిగూడెం (టీఓసీ): స్థానిక హౌసింగ్ బోర్డు 33/11కేవీ విద్యుత్ సబ్‌స్టేషన్ పరిధిలో ఈ నెల 29వ తేదీ శనివారం 11 కేవీ రైల్వే ఫీడర్‌కు విద్యుత్ మరమ్మతుల నిమిత్తం ఉదయం 9 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 1గంట వరకు విద్యుత్ సరఫరా నిలిపి వేయనున్నట్లు ఏపీఈపీడీసీఎల్ తాడేపల్లిగూడెం డివిజన్ ఈఈ ఎస్.వెంకటేశ్వరరావు వెల్లడించారు.

లక్ష్య సాధన దిశగా అడుగులు వేయాలి

ఎమ్మెల్యే బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్



గురుకుల పాఠశాల విద్యార్థులకు స్టూడెంట్ కిట్లను అందజేస్తున్న ఎమ్మెల్యే శ్రీనివాసరావు

తాడేపల్లిగూడెం రూరల్: విద్యార్థులు లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుని, వాటి సాధన దిశగా కృషి చేయాలని ఎమ్మెల్యే బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ తెలిపారు. శుక్రవారం మండలంలోని పెదతాడేపల్లి డాక్టర్ బీఆర్.అంబేడ్కర్ సాంఘీక, సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల, కళాశాల విద్యార్థులకు స్టూడెంట్ కిట్లను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సభకు ప్రిన్సిపల్ బి.రాజారావు అధ్యక్షత వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ స్కాట్లాండ్ బ్యాండ్‌లో గురుకుల పాఠశాల దేశంలోనే రెండవ స్థానంలో నిలపడంలో ప్రిన్సిపల్ రాజారావు కృషి ఉందన్నారు. విద్యార్థులు ఏదోక లక్ష్యాన్ని ఎంచుకుని ముందుకు సాగాలన్నారు. పాఠశాల అభివృద్ధికి స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. అనంతరం విద్యార్థులకు స్టూడెంట్ కిట్లను అందజేశారు. మండలంలోని పెదతాడేపల్లి పంచాయతీ వద్ద శుక్రవారం క్రీడాకారులకు క్రికెట్ కిట్లను ఎమ్మెల్యే బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ అందజేశారు. సర్పంచ్ పోతుల అన్నవరం, ఎంఈవోలు వి.హనుమ, పీఎంకే.జ్యోతి, నాయకులు పసుమర్తి చందు, పుల్లా బాబి, పైబోయిన రఘు, పుల్లా బాబి, మద్దిపాటి ధర్మేంద్ర, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

బలుసులమ్మను దర్శించుకున్న ఎమ్మెల్యే

తాడేపల్లిగూడెం (టీఓసీ): బలుసులమ్మ అమ్మవారిని ఎమ్మెల్యే బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ శుక్రవారం దర్శించుకొని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈఓ రవి శంకర్, శ్రీరంగం అంజిబాబు, నిమ్మకాయల యూత్ సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇద్దరు తణుకు వాసులకు యోగరత్న అవార్డులు



యోగరత్న అవార్డు అందుకుంటున్న చక్రధరరావు

తణుకు: ఇటీవల నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని తణుకు ప్రాంతానికి చెందిన ఇరువురు యోగరత్న అవార్డులు అందుకున్నారు. వర్ణధార హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్ (వీహెచ్‌వో), కాకినాడకు చెందిన ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ స్పిరిట్యువల్ హ్యాపీనెస్ అండ్ హెల్త్ (ఐఎస్‌హెచ్‌హెచ్) సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో గురువారం రాత్రి కాకినాడలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో తణుకు మండలం వేల్పూరు గ్రామానికి చెందిన కట్టుంగ రామచక్రధరరావు, తణుకు పట్టణానికి చెందిన బొద్దాని శ్రీనివాసరావులకు యోగరత్న అవార్డులను అందజేసి ఘనంగా సత్కరించారు. పశ్చిమగోదావరి జిల్లా నుంచి వీరిద్దరూ ఎంపిక కావడం విశేషం.

గణపతి విగ్రహం చెయ్యి విరగ్గొట్టిన దుండగులు



గణపతి విగ్రహం చేయి విరిగిన దృశ్యం

అత్తిలి: స్థానిక కెనాల్‌రోడ్డు విజయచాముండేశ్వరి అమ్మవారి ఆలయ ప్రాంగణంలో నెలకొల్పిన గణపతి విగ్రహం చేతిని గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు విరగొట్టినట్లు ఆలయ ధర్మకర్త కందుల సత్యనారాయణ శుక్రవారం అత్తిలి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. విజయ చాముండేశ్వరి అమ్మవారి ఆలయానికి అనుబంధంగా గత ఏప్రియల్ నెలలో శివలింగం, వల్లిదేవసేన సమేత సుబ్రహ్మణ్యేశ్వరస్వామి, వినాయకుని విగ్రహాలను ప్రతిష్ఠించినట్లు తెలిపారు. ఈ ఆలయ అర్చకునిగా కలగ కృష్ణవంశీ పని చేస్తున్నారని, గురువారం సాయంత్రం ఒక భిక్షుడు ఉపాలయంలో వినాయకుని విగ్రహం చేయి విరిగినట్లు గుర్తించి, ఆలయ అర్చకుడు కృష్ణకు తెలపడంతో ఈవిషయాన్ని తనకు సమాచారం ఇచ్చాడన్నారు. దీనిపై కేసు నమోదుచేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్ఐ వి రాంబాబు తెలిపారు.

సికిల్ సెల్ ఎనీమియాపై అవగాహన ర్యాలీ

తాడేపల్లిగూడెం రూరల్: మండలంలోని కృష్ణాయపాలెం అంగన్‌వాడీ సెంటర్ నెం.129 ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం సికిల్ సెల్ ఎనీమియాపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్ కే.శ్రీదేవి వ్యాధి లక్షణాలు, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు గురించి వివరించారు. సికిల్ సెల్ ఎనీమియా అనేది వంశపారంపర్యంగా రక్తం ద్వారా వ్యాప్తి చెందుతుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఎన్ఎం టి.సుభాషిణి, అంగన్‌వాడీ కార్యకర్తలు ఇ.సూర్యకుమారి, పి.ప్రమీల, పి.కనక దుర్గాంబ, ఆశా కార్యకర్తలు ఎం.నాగమణి, సీహెచ్.లక్ష్మి, అనంతలక్ష్మి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కొత్త క్రిమినల్ చట్టాలను నిలుపుదల చేయాలి



తణుకులో నిరసన తెలుపుతున్న న్యాయవాదులు

తణుకు అర్బన్: పౌర హక్కులకు భంగం కలిగించే కొత్త క్రిమినల్ చట్టాల అమలును నిలుపుదల చేయాలని న్యాయవాదులు కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. శుక్రవారం తణుకు బార్ అసోసియేషన్ కార్యాలయం వద్ద ఇండియన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ లాయర్స్, ఆల్ ఇండియా లాయర్స్ ఆధ్వర్యంలో జూలై 1వ తేదీ నుంచి అమలు కాబోతున్న కొత్త క్రిమినల్ చట్టాలపై న్యాయవాదులు తమ నిరసన తెలిపారు. కొత్త చట్టంలో పౌర హక్కుల స్వేచ్ఛకు, న్యాయవ్యవస్థ స్వతంతతను తగ్గించే విధంగా రూపొందించారని ఆరోపించారు. సుప్రీంకోర్టు ఏ వ్యక్తికి కూడా సంకెళ్లు వేయరాదని అతని స్వేచ్ఛకు భంగం కలిగించరాదని తీర్పులు ఇవ్వగా నేడు కొత్త చట్టం ప్రకారం చేతులకు బేడీలు వేసే విధంగా ఉందని, న్యాయవ్యవస్థకు ఉన్న అధికారాలను తగ్గించి, పోలీసు అధికారులు, ఎగ్జిక్యూటివ్ అధికారులకు జ్యుడీషియల్ అధికారాలను కట్టబెట్టే విధంగా కొత్త చట్టాన్ని మార్పు చేశారని విమర్శించారు. ఈ చట్టాలు కేవలం రాజకీయ నాయకులకు అనుగుణంగా ఎగ్జిక్యూటివ్ అధికారులు పనులు చేయుటకు అమలు చేసిన చట్టంగా ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో న్యాయవాదులు ఎ.దుర్గాప్రశాంతి, కామన మునిస్వామి, చింతపల్లి నాగేశ్వరరావు, హరీష్‌నాయుడు, జి.అంబేద్కర్, ఎస్.సోమేశ్వరరావు, ఎస్‌కే బాజీ, పి.ప్రతాప్‌కుమార్, సాంసన్ పాల్గొన్నారు.

సీజనల్ వ్యాధులపై అప్రమత్తంగా ఉండాలి



ముదునూరు ప్రాథమిక వైద్య ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని సందర్శించిన భానునాయక్

పెంటపాడు: సీజనల్ వ్యాధులపై అధికారులందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా ఆరోగ్యశాఖ అదనపు వైద్యాధికారి డాక్టర్ భాను నాయక్ పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం ఆయన పెంటపాడు మండలం ముదునూరు ప్రాథమిక ఆరోగ్యకేంద్రాన్ని అకస్మికంగా సందర్శించారు. సిబ్బందికి పలు సూచనలు చేశారు. లాబ్, ఆపరేషన్ థియేటర్, మందుల గది, స్టాక్ రిజిస్టర్ తదతర రికార్డులను తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వర్షాకాలం ప్రారంభమవుతున్న దృష్ట్యా ప్రధానంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ప్రబలే వ్యాధుల పట్ల సిబ్బంది, సబ్‌సెంటర్ల సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నాను. పీహెచ్‌సీలలో జరిగే సాధారణ సమావేశాలలో ప్రధానంగా గ్రామీణ తాగునీటిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలన్నారు. ఎంపీహెచ్‌ఈవో సత్యనారాయణ, సూపర్‌వైజర్‌లు, పార్మసీ రాంబాబు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్రంలోనే బెస్ట్ ఆస్పత్రిగా తీర్చిదిద్దుతాం



తణుకు జిల్లా కేంద్ర ఆస్పత్రిలో రోగులతో మాట్లాడుతున్న ఎమ్మెల్యే రాధాకృష్ణ

తణుకు అర్బన్: తణుకు జిల్లా కేంద్ర ఆస్పత్రిలో అందుబాటులో ఉన్న వసతులను ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఎమ్మెల్యే ఆరిమిల్లి రాధాకృష్ణ అన్నారు. శుక్రవారం తణుకు జిల్లా కేంద్ర ఆస్పత్రిని ఆయన ఆకస్మిక తనిఖీ చేశారు. గుండెపోటు సందర్భాల్లో చేయాల్సిన అత్యవసర సేవలతోపాటు క్యాన్సర్ కీమోథెరపీ వంటి సేవలను సంబంధిత రోగులు వినియోగించుకోవాలని, కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజారోగ్యానికి ప్రాముఖ్యతనిస్తుందని, రానున్న రోజుల్లో జిల్లా ఆస్పత్రికి ఉండాల్సిన సదుపాయాలన్నీ కలుగచేసి రాష్ట్రంలోనే బెస్ట్ ఆస్పత్రిగా తణుకు ఆస్పత్రిని తీర్చిదిద్దుతామని స్పష్టం చేశారు. ఆస్పత్రి అభివృద్ధి కమిటీని ఏర్పాటు చేసి ఎప్పటికప్పుడు మానిటరింగ్ చేస్తూ రోగులకు సత్వర సేవలందించేందుకు కృషి చేస్తామన్నారు. ఆస్పత్రిలోని అన్ని విభాగాలు పరిశీలించారు. ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ వెలగల అరుణ, కూటమి నాయకులు పాల్గొన్నారు.

వినియోగదారుల హక్కులపై అవగాహన అవసరం

తణుకు టౌన్: వస్తువుల కొనుగోలు చేసే వినియోగదారుల హక్కులపై విద్యార్థులు అవగాహన కలిగి ఉండాలని జిల్లా వినియోగదారుల సంఘం చైర్మన్ జీఎస్ఆర్ శంకర్ చెప్పారు. శుక్రవారం తణుకు రూరల్ మండలం పైడిపర్రు జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన వినియోగదారుల క్లబ్ సమావేశానికి ఆయన ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన మాట్లాడారు. ఈకార్యక్రమానికి పాఠశాల హెచ్ఎం ఎం ఏడుకొండలు అధ్యక్షత వహించారు. ఈసందర్భంగా శంకర్ మాట్లాడుతూ పాఠశాలలో చదివే విద్యార్థులు వినియోగదారుల హక్కులను గుర్తించి వాటి పరిరక్షణకు కృషి చేయాలని కోరారు. ఈకార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రథమ సహాయకులు మూర్తి, గైడ్ టీచర్ స్వరూప రాణి, ఉపాధ్యాయులు ఎం యేసుకృప, రామకృష్ణ, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.